

Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za psihologiju

## **POVEZANOST SAMOOPTEREĆIVANJA I EMOCIONALNE INTELIGENCIJE**

Diplomski rad

Vlasta Matko

Dr. sc. Dragutin Ivanec, doc.

Zagreb, 2006

## SAŽETAK

Ime i Prezime: Vlasta Matko

Naslov: Povezanost samoopterećivanja i emocionalne inteligencije

Ovaj se rad bavio istraživanjem povezanosti samoopterećivanja i emocionalne inteligencije. Samoopterećivanje je mjereno Skalom samoopterećivanja koja mjeri samoopterećivanje kao generalnu sklonost samoopterećivanju na različitim područjima. Emocionalna inteligencija mjerena je Testom analize emocija koji zahvaća komponentu emocionalne inteligencije koju su Mayer i Salovey u svom modelu imenovali kao razumijevanje i analiza emocija. Istraživanje je provedeno na prigodnom uzorku od 94 ispitanika, 30 žena i 64 muškarca. Dobiveni rezultati pokazuju da se muškarci i žene, suprotno očekivanjima, ne razlikuju po rezultatima na testu emocionalne inteligencije, dok prema dobivenim rezultatima na Skali samoopterećivanja žene, također suprotno očekivanjima, značajno više koriste strategiju samoopterećivanja od muškaraca. Kada se rezultati analiziraju dalje, uočava se da su žene nižeg obrazovnog statusa povukle prosjek cijelog uzorka žena prema većoj sklonosti samoopterećivanju. Dakle, žene niže stručne spreme se značajno više koriste strategijom samoopterećivanja, i od muškaraca, ali i od žena više stručne spreme. Glavni problem ovog istraživanja je pitanje da li su i kako povezani emocionalna inteligencija i samoopterećivanje. Sukladno hipotezama, dobivena je negativna povezanost ova dva konstrukta na cijelom uzorku  $r = -.40$ . Nema razlike između povezanosti ova dva konstrukta kod žena i muškaraca. Povezanosti samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod subskupine ispitanika višeg obrazovanja nema, dok je u subskupini ispitanika nižeg obrazovanja korelacija  $r = -.37$ .

Ključne riječi: samoopterećivanje, emocionalna inteligencija, stupanj obrazovanja

## **ABSTRACT**

Author: Vlasta Matko

Title: Relation between Self-handicapping and Emotional Intelligence

This study was undertaken to explore correlation between constructs of self-handicapping and emotional intelligence. Self-handicapping was measured with Self-handicapping Scale which measures self-handicapping as a general tendency to self-handicap in different areas. Emotional intelligence was measured with Test of Emotion Analysis which measures one component of emotional intelligence which Mayer and Salovey, in their model, named understanding and analysis of emotion. 94 participants, 30 women and 64 men participated in this study. Contrary to our expectations, our results show, that males and females do not differ on emotional intelligence test we have used. Also in contrast with previous findings, females in our sample have higher results on Self-handicapping Scale, indicating that they use self-handicapping strategy more often. Analyzing further, it becomes clear that females of lower educational level have drawn average of the female subsample to higher self-handicapping. It means that lower educated women use self-handicapping strategy more often than men, but also more often than higher educated women. Main problem of this study was to see if there is a correlation between self-handicapping and emotional intelligence and to measure how big it is. As we hypothesized, correlation between measured constructs was negative and on the whole sample it was  $r = -.40$ . There is no difference between men and women in correlation of this two constructs. In the higher educational level subsample there was no correlation between self-handicapping and emotional intelligence, while correlation was  $r = -.37$  in the lower educational level subsample.

Keywords: self-handicapping, emotional intelligence, educational level

## SADRŽAJ

SAŽETAK .....	2
ABSTRACT .....	3
SADRŽAJ.....	4
UVOD.....	5
Emocionalna inteligencija .....	5
Samoopterećivanje.....	8
CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA .....	15
METODOLOGIJA .....	16
Sudionici.....	16
Mjerni instrumenti .....	16
Postupak .....	17
REZULTATI .....	18
RASPRAVA.....	22
Metodološki nedostaci i preporuke za buduća istraživanja.....	27
ZAKLJUČAK.....	28
POPIS LITERATURE.....	29

## UVOD

Izreka kako smo sami sebi najgori neprijatelji ima osnovu u stvarnom ponašanju ljudi. Unatoč realnoj mogućnosti uspjeha neki ljudi neće do njega stići. Još apsurdnija je činjenica da do mogućeg uspjeha neće stići unatoč tome što su uvjereni da bi to željeli. U nekim situacijama ljudi će sami sebi postaviti prepreke u postizanju željenog cilja. Takvo se ponašanje u psihologijskim terminima naziva samoopterećivanjem. Da li bolje razumijevanje vlastitih emocija smanjuje vjerojatnost takvog autodestruktivnog ponašanja?

### *Emocionalna inteligencija*

Emocionalna inteligencija prema Mayer-u i Salovey-u (1997) uključuje nekoliko sposobnosti: sposobnost da se točno percipiraju emocije i da se do njih lako pristupa, sposobnost generiranja emocija kako bi olakšavale mišljenje, sposobnost razumijevanja emocija i emocionalnog znanja te sposobnost reguliranja emocija. Sve ove sposobnosti pridonose emocionalnom i intelektualnom razvoju čovjeka (prema Mayer, Salovey, Caruso, 2004). Upravo su Mayer i Salovey emocionalnu inteligenciju uveli u psihologijsku literaturu (Mayer, DiPaolo i Salovey, 1990; prema Bar-On i Parker, 2000). Emocionalna inteligencija se, gledano iz njihove teoretske perspektive, odnosi na inteligenciju i emocije, to jest na njihovu surađujuću kombinaciju. Daljnjim razvojem svog teorijskog stajališta oni su postali najpoznatiji predstavnici ovakvog shvaćanja emocionalne inteligencije. Na emocionalnu inteligenciju gledaju kao na skup različitih mentalnih sposobnosti, to jest kao na set vještina koje se odnose na procesiranje emocionalno relevantnih informacija. Razvili su svoj model emocionalne inteligencije u kojem su vještine i sposobnosti koje čine emocionalnu inteligenciju podijelili u 4 osnovna područja: sposobnost percepcije emocija (uočavanja emocija na drugima), sposobnost korištenja emocija tako da one facilitiraju mišljenje, sposobnost razumijevanja emocija (analize emocija, predviđanja njihovog trenda tijekom vremena i razumijevanje ishoda emocija) te sposobnost upravljanja emocijama (upravljanje je nužno u kontekstu pojedinčevih ciljeva, znanja o sebi i socijalne svjesnosti). Ovaj se model naziva modelom četiri grane. Svaka od grana, redom od percepcije prema upravljanju emocijama, predstavlja stupanj u kojem je sposobnost koju ona predstavlja

integrirana u ostatak ličnosti. Dakle, prve dvije grane biti će u relativno diskretnim područjima procesiranja informacija unutar emocionalnog sustava dok, na primjer, upravljanje emocijama mora biti integrirano u sveukupne pojedinačne ciljeve i planove (Mayer i Salovey, 1997; prema Mayer, Salovey i Caruso, 2004). Osim ovako definirane emocionalne inteligencije, postoji drugi skup istraživanja koji emocionalnu inteligenciju definiraju kao set uglavnom nekognitivnih kapaciteta kompetencija i vještina. Tako određena emocionalna inteligencija dijelom se preklapa s ličnošću i motivacijom. Najpoznatiji istraživači ovako definirane emocionalne inteligencije su Bar-On i Goleman (prema Maslić Seršić, Vranić i Tonković, 2004).

Osim u teorijskom definiranju konstrukta, ova dva pristupa razlikuju se i po načinu mjerenja emocionalne inteligencije. Kada je emocionalna inteligencija definirana kao nekognitivna vještina, njezino mjerenje je ograničeno na različite upitnike ili inventare. Najpoznatiji upitnik tog tipa je Bar-On-ov *Inventar emocionalnog kvocijenta*. Taj je upitnik upotrijebljen u istraživanju Newsome, Day i Catano (2000). Rezultati ovog istraživanja pokazuju da je kvocijent emocionalne inteligencije koji se dobije mjerenjem Bar-On-ovim upitnikom u najvećoj mjeri mjera neuroticizma i da je nepovezan s prosječnim ocjenama kao mjeri akademskog uspjeha, kao ni s različitim kognitivnim sposobnostima. Različiti rezultati dobivaju se kada se emocionalna inteligencija mjeri drugačijim mjerama. Naime, emocionalnoj inteligenciji koja je definirana kao kognitivna vještina otvorena je mogućnost mjerenja objektivnim testovima učinka, a ne samo upitnicima samoprocjene. Kako točnost samoprocjena ovisi o ispitanikovom samorazumijevanju, superiornost objektivnih mjera nad mjerama samoprocjene neupitna je. Ljudi su prilično netočni reporteri vlastitog funkcioniranja u dosta područja, uključujući samoprocjenu sposobnosti. Na primjer, samoprocjena inteligencije korelira samo umjereno s klasičnim mjerama inteligencije, ispod 0,30 (Paulhus, Lysy, i Yik, 1998; prema Bar-On i Parker, 2000). U slučaju ispitivanja emocija ova kritika dodatno je pooštrena zbog smanjene objektivnosti procjene vlastitih emocionalnih stanja i sposobnosti. Vjerojatno upravo zbog prigovora testovima samoprocjene, u svrhu mjerenja emocionalne inteligencije konstruirani su i testovi učinka. Najpoznatiji test emocionalne inteligencije mjerene kao sposobnosti je *Mayer-Salovey-Caruso test emocionalne inteligencije (Emotional Intelligence Test-MSCEIT)* koji mjeri

učinkovitost u sva ona četiri područja, ili četiri grane sposobnosti iz modela emocionalne inteligencije koji su postavili autori testa (prema Mayer, Salovey i Caruso, 1997). U Hrvatskoj je konstruiran još jedan test emocionalne inteligencije nazvan *Test analize emocija* (prema Kulenović, Balenović i Buško; 2000). Test polazi od modela Mayer-a i Salovey-a, ali se odnosi na samo jednu granu emocionalne inteligencije, na sposobnost razumijevanja emocija.

Novija istraživanja upućuju na nisku do umjerenu povezanost dimenzija emocionalne inteligencije i akademskog uspjeha (Berger i Milem, 1999; Parker i sur., 2004; prema Maslić Seršić i sur., 2004). Klasični testovi inteligencije objašnjavaju oko 25% varijance uspjeha u školskom obrazovanju pa bi se moglo očekivati da se dio neobjašnjene varijance školskog uspjeha može objasniti upravo sposobnostima i vještinama koje uključuje emocionalna inteligencija (prema Maslić Seršić i sur., 2004). Viši rezultati na emocionalnoj inteligenciji povezani su s adaptivnijim mehanizmima obrane, poput sublimacije, za razliku od manje adaptivnih mehanizama poput poricanja (Pelletteri, 2002; prema Mayer i sur., 2004). Kako raste emocionalna inteligencija tako se smanjuje količina problematičnog ponašanja, devijantnosti i korištenja droga (Mayer, Perkins, Caruso i Salovey, 2001; Vitello-Cicciu, 2001; prema Mayer i sur., 2004). U svojim istraživanjima Trinidad i Johanson (2002; prema Maslić i sur., 2004) te Brackett, Mayer i Warner (2004; prema Maslić i sur., 2004) dobivaju rezultate da je niska emocionalna inteligencija povezana s upuštanjem u autodestruktivna ponašanja kao što su devijantna ponašanja i pušenje. Mjerena kao sposobnost, emocionalna inteligencija se pokazala višom kod žena nego kod muškaraca u istraživanju Bracketta (2004; prema Maslić Seršić i sur., 2004). No, unatoč tome, emocionalna inteligencija je bolji prediktor ponašanja kod muškaraca nego kod žena. Niža emocionalna inteligencija kod muškaraca, očituje se u nižoj sposobnosti percepcije emocija i smanjenoj upotrebi emocija u rezoniranju i donošenju odluka. Članove tima koji postižu više rezultate na testu emocionalne inteligencije rukovoditelji procjenjuju uspješnijima i učinkovitijima (Rice, 1999; prema Marjanović, 2006). Rezultati Ciarocchi-a i sur. (2000; prema Mayer i sur., 2004) pokazuju da je, definirana kao sposobnost, emocionalna inteligencija značajan prediktor zadovoljstva životom čak i kad se parcijalizira utjecaj inteligencije i osobina ličnosti. Čak i uz podatke koji govore da je udio emocionalne

inteligencije u objašnjenju zadovoljstva životom i drugih životnih kriterija vrlo malen, takav maleni doprinos vrijedan je istraživanja (Mayer i sur., 1997).

### *Samoopterećivanje*

Bilo koja tvrdnja, akcija ili izbor okruženja za izvedbu koja povećava mogućnost za eksternalizaciju (opravdanje) neuspjeha ili internalizaciju (prihvatanje zasluga za) uspjeha naziva se samoopterećivanje (Shepperd i Arkin, 1989). To je pokušaj pojedinca da smanji prijetnju samopoštovanju tako što aktivno traži i stvara faktore koji su inhibirajući i interferiraju s izvedbom te tom interferencijom osiguravaju da u slučaju neuspjeha upravo oni budu uočeni kao uzrok neuspjeha (Arkin i Baumgardner, 1985; prema Hirt, McCrea i Boris, 2003). Pojam samoopterećivanja u psihologiju uvode Jones i Berglas (1978). Teorijsko objašnjenje ovog naoko paradoksalnog ponašanja kojim ljudi sami sebi smanjuju vjerojatnost uspjeha objašnjava se teorijama atribucije, no za razliku od drugih atribucijskih strategija kada se uzrok ponašanju traži u prošlim, već odigranim događajima, samoopterećivanjem se 'informacija' stvara unaprijed i atribucijski će postati relevantna tek u budućnosti, tek nakon dobivanja povratne informacije o uspjehu ili neuspjehu. Motiv za ovu strategiju, kao i njezin cilj je očuvanje samopoštovanja. Baumeister (1998; prema Harber, 2005) ističe kako je održavanje samopoštovanja, uz kontrolu, jedan od dva najvažnija motiva samopoimanja (*self-motiv*). Samopoštovanje se strategijom samoopterećivanja čuva upravo stvaranjem opterećenja u svrhu traženja isprike pred samim sobom (i u očima drugih ljudi) u slučaju neuspjeha. U slučaju uspjeha kao uzrok dobre izvedbe uočila bi se pojedinčeva izrazita sposobnost. Sposobnost koja je toliko velika da pojedinac čak i unatoč opterećenju uspijeva uspješno izvršiti zadatak. Istraživanja pokazuju da se mnogi odrasli samoopterećuju (Tice, 1991; prema Ferrari i Pychyl, 2000) nalazeći i stvarajući prepreke umjesto da do svog cilja krenu dajući sve najbolje od sebe. Spektar naoko paradoksalnih samoopterećujućih ponašanja opisanih u literaturi je širok, a neka od ponašanja koja se u literaturi navode su: uzimanje alkohola ili droge, izbor ometajuće muzike, izbor rada u buci, izbor teških zadataka, nedovoljno uvježbavanje, nedovoljno ulaganje napora, odgađanje aktivnosti. Osim samoopterećujućih ponašanja, istraživači u literaturi o samoopterećivanju navode i navođenje samoopterećujućih stanja poput



izvještavanja o sramežljivosti, ispitnoj anksioznosti, raznim fizičkim simptomima ili traumatskim iskustvima u djetinjstvu (prema Hip Fabek, 2005).

Istraživanja još uvijek nisu dala odgovor na pitanje koji je motiv primarno u pozadini samoopterećujućeg ponašanja, očuvanje vlastitog samopoštovanja, kako navode Jones i Berglas (1978; prema Hirt, McRea i Boris; 2003) ili upravljanje dojmovima kao što su predložili Kolditz i Arkin (1982; prema Hirt i sur., 2003). Umjesto da ljudi opterećenjima žele sačuvati samopoštovanje sami pred sobom, Kolditz i Arkin smatraju da ljudi opterećenja proizvode ne bi li sačuvali ili stvorili pozitivne impresije o sebi kod drugih ljudi. S obzirom da rezultati pokazuju kako se ljudi samoopterećuju i u privatnim i u anonimnim situacijama vjerojatnije je da je samoopterećivanje strategija samozaštite (Rhodewalt i Fairfield, 1991).

Neovisno o tome koja je od motivacija u pitanju, upravljanje dojmovima ili očuvanje vlastitog samopoštovanja, teorija samoopterećivanja svrstava različita samoopterećujuća ponašanja u jednu od dvije kategorije (prema Hip Fabek, 2005), u iskazano ili ponašajno samoopterećivanje. Iskazano samoopterećivanje je tek navođenje negativnih ili inhibirajućih stanja pojedinca koja bi mogla koristiti kao isprika u slučaju neuspjeha, dok je ponašajno samoopterećivanje bihevioralno stvaranje prepreka. 'Kada postoji mogućnost izbora, osobe predisponirane za korištenje strategije samoopterećivanja, preferiraju korištenje samoiskazanog samoopterećivanja jer ono sa sobom nosi manje moguće štete nego ponašajno samoopterećivanje' (Hirt, Deppe i Gordon, 1991). Dok samoiskazanim samoopterećivanjem pojedinac ne umanjuje svoje šanse za uspjeh, ponašajnim to najčešće čini.

U uvjetima u kojima postoji prijetnja samopoštovanju ipak se neće svi ljudi samoopterećivati. Neke osobe pokazuju veću tendenciju za korištenje strategija samoopterećivanja. Opću sklonost samoopterećivanju, to jest individualne razlike u korištenju različitih oblika samoopterećujućeg ponašanja mjeri *Skala samoopterećivanja* (Self-Handicapping Scale). To je skala Likertovog tipa s pet uporišnih točaka čija originalna verzija ima 25 čestica. Konstruirali su je 1982. Jones i Rhodewalt (prema Strube, 1986). Problemi ove skale su niska pouzdanost i višedimenzionalnost. Naime, faktorska analiza skale pokazala je šest značajnih faktora, no nakon prvog faktora nazvanog

samoopterećujuće ponašanje dolazi do izraženog pada veličina karakterističnih korijena sljedećih faktora pa Strube (1986) predlaže skraćenu verziju koja sadrži 10 čestica koje su zasićene prvim faktorom. Rhodewalt (1991, prema Burušić, 1999) predlaže korištenje skraćene verzije skale od 14 čestica koje su zasićene jednim od dva ekstrahirana faktora. Prvi faktor nazvan je *Traženje isprika* i odnosi se na samoiskazano samoopterećivanje, a drugi faktor nazvan je *Zabrinutost oko uloženog napora* i odnosi se na ponašajno samoopterećivanje. Diskutabilna je pouzdanost ove skale za samoopterećivanja izvan akademske domene (Martin i Brawley 1999, prema Hip Fabek, 2005) te njezina prediktivna valjanost za ponašajno samoopterećivanje (Arkin i Baumgardner, 1985; prema Hip Fabek, 2005). Rhodewalt (1990, prema Strube, 1986) u svom istraživanju dobiva rezultate da su visoki rezultati na Skali samoopterećivanja povezani s niskim samopoštovanjem, manjom sklonošću davanja socijalno poželjnih odgovora te većom tendencijom davanja situacijskih atribucija za različite ishode. Visoki rezultati na Skali samoopterećivanja također su povezani s depresijom, a za muškarce i javnom svijesti o sebi (prema Strube, 1986). Ljudi s visokim rezultatima na Skali samoopterećivanja mnogo češće koriste emocionalno-fokusirane strategije suočavanja s stresom (Carver i Scheier, 1994; Zuckermann, Kieffer i Knee, 1998; prema Hip Fabek, 2005) što uključuje povlačenje (negiranje, mentalno i bihevioralno isključivanje) i negativna promišljanja. Sklonost samoopterećivanju također je povezana s većom učestalošću negativnih afektivnih stanja i većim brojem posjeta liječniku (Zuckermann, Kieffer i Knee, 1998).

Ljudi s većom sklonošću samoopterećivanju neće se jednako samoopterećivati u svim situacijama. Istraživanja su pokazala da će pojedinac najvjerojatnije pribjeći samoopterećivanju ako je zadatak koji treba obaviti unutar domene koja je njemu važna (Hip Fabek, 2005), ako je nesiguran i sumnja u vlastite sposobnosti (Self, 1990; prema Hip Fabek, 2005), ako si postavlja previsoke standarde koje ne može doseći, a koje su na temelju svojih vrijednosti stvorili drugi ljudi (Higgins i Berglas, 1990; prema Hip Fabek, 2005) te ako su prisutne druge osobe koje stvaraju atribuciju o nečijim sposobnostima (Self, 1990; prema Hip Fabek, 2005).

Iako se na prvi pogled čini da su posljedice samoopterećujućeg ponašanja jednoznačno negativne, to nije tako jasno. Na primjer, istraživanje Harrisa i Snydera (1986) bavilo se

pitanjem ima li samoopterećivanje nužno negativne posljedice. Njihovo istraživanje je pokazalo da se upotrebom samoopterećivanja smanjuje anksioznost pri radu na zadatku. Naime, ispitanici nesigurnog samopoštovanja uspjeli su izvući emocionalni dobitak iz kraćeg uvježbavanja, jednog od načina samoopterećivanja (Harris i Snyder 1986, prema Hip Fabek, 2005). Na odlaganje, jedan od načina samoopterećivanja, može se gledati kao na strategiju koja regulira negativne emocije i time čini da se pojedinac osjeća bolje, barem privremeno (Baumeister, Heatherton i Tice, 1994; prema Chu i Choi, 2005). Pozitivan utjecaj ponašajnih samoopterećenja na učinak, također je potvrđen u nekim istraživanjima (Snyder i sur, 1986; prema Hip Fabek, 2005) dok je u drugima potvrđen negativan učinak. U raznim je istraživanjima proučavano preko kojeg mehanizma samoopterećivanje djeluje pozitivno na učinak pa su tako rađena istraživanja koja su našla pozitivnu povezanost između, kao što sam već navela, samoopterećivanja i redukcije anksioznosti, samoopterećivanja i intrinzične motivacije (Deppe i Harackiewicz, 1996; prema Hip Fabek, 2005), samoopterećivanja i negativnog perfekcionizma (Lotar, 2005) te samoopterećivanja i samopoštovanja u slučaju neuspjeha (Rhodewalt, Morf, Hazlett i Fairfield, 1991; prema Hip Fabek, 2005). Prema nekim autorima (Baumeister i Scher, 1988; prema Hip Fabek, 2005) samoopterećivanje može nositi neposredne štete i neposredne koristi, no dugoročno ono vodi do obrasca ponašanja i učinka koji su daleko ispod nečijih stvarnih mogućnosti. Dakle, posljedice samoopterećivanja mogle bi se podijeliti na kratkoročne i dugoročne. Rezimiranjem ranijih nalaza može se zaključiti da samoopterećivanje dovodi do neuspjeha u području postignuća, kao i u socijalnom kontekstu (Eronen, Nurmi, Salmela-Aro, 1997; prema Hip Fabek, 2005), a ovo naročito vrijedi za bihevioralno samoopterećivanje. S obzirom na nejednoznačne rezultate zanimljivim se čini pitanje je li samoopterećivanje strategija adaptivne ili neadaptivne prirode. Pozitivna povezanost samoopterećivanja i neke mjere adaptivnog ponašanja mogla bi ukazati na mogućnost da je samoopterećivanje adaptivna strategija nošenja sa stresom koji pred čovjeka stavlja prijetnja samopoštovanju u slučaju da se doživi neuspjeh. Jedna takva mjera adaptivnosti mogla bi biti emocionalna inteligencija pa je jedan od načina da se dođe do odgovora o adaptivnosti samoopterećivanja koreliranje samoopterećivanja s emocionalnom inteligencijom. Pozitivna veza samoopterećivanja i emocionalne inteligencije ukazala bi na adaptivnu

prirodu samoopterećujućeg ponašanja jer bi ta veza značila da je korištenje samoopterećujućeg ponašanje povezano sa adaptivnom sposobnošću kao što je emocionalna inteligencija. Što bi emocionalna inteligencija bila viša, to bi u slučaju da je samoopterećivanje adaptivna strategija, očekivali i više samoopterećivanje. S druge strane, negativna povezanost samoopterećivanja s emocionalnom inteligencijom ukazala bi na to da je samoopterećivanje neadaptivna strategija. Kako postoje razlike među spolovima u ponašajnom samoopterećivanju (muškarci se značajno više samoopterećuju) i kako je i razlika među spolovima u emocionalnoj inteligenciji također prisutna, i to tako da muškarci dobivaju niže rezultate na testovima emocionalne inteligencije, možda se veća sklonost odabiru strategije samoopterećivanja može objasniti upravo manjom emocionalnom inteligencijom. Neka istraživanja već ukazuju na vjerojatnost negativnog smjera povezanosti, ona pokazuju da je samoopterećivanje povezano sa emocionalno fokusiranim načinima suočavanja sa stresom, i to onima negativno fokusiranim koja uključuju povlačenje (negiranje te mentalno i bihevioralno isključivanje) i negativna promišljanja (Carver i Scheier, 1994; prema Hip Fabek, 2005) što je oboje negativno povezano s emocionalnom inteligencijom. Emocionalno fokusiran način suočavanja sa stresom koji je usmjeren na izbjegavanje i negativna promišljanja predstavljao bi neefikasno upravljanje emocijama, što je jedna od subskala u emocionalnoj inteligenciji definiranoj kao sposobnost (prema Mayer, Salovey i Caruso, 2004). Zanimljivim se čini i pitanje o tome kakvu ulogu u samoopterećivanju imaju emocije, konkretnije emocionalna inteligencija. Prema atribucijskim objašnjenjima samoopterećivanje je strategija koja se aktivira kad dođe do prijetnje samopoštovanju. Dakle, prije (ili simultano) nego se kognitivnim procesima atribucije aktivira strategija samoopterećivanja (unaprijed se njome štiti možebitno ugroženo samopoštovanje) ono što se dešava jest percepcija prijetnje koja bi mogla biti praćena emocijama (povećanje anksioznosti, na primjer). Moglo bi se pretpostaviti da bi oni koji bolje prepoznaju emocije i bolje ih razumiju mogli efikasnije utjecati na te emocije izazvane prijetnjom samopoštovanju i regulirati ih na neki drugi način umjesto samoopterećivanjem. Slično kao u radovima o emocionalnoj inteligenciji i u teoriji socijalne kognicije naglašava se kako pojedinci mogu kognitivno utjecati na svoja uvjerenja i ponašanja, ali utjecaj se vrši tek u odnosu na procjenu informacija i znakova koje

prikuplja iz sebe i iz okoline (Gundlach, Martinko i Douglas, 2003). Prema teoriji socijalne kognicije, pojedinci se ponašaju u skladu s onime kako interpretiraju stvarnost i ta interpretativna aktivnost je pod utjecajem njihove sposobnosti da pročitaju i razumiju svoje misli, osjećaje i ponašanja, a sve to čine preko mehanizama svijesti o sebi (self-awareness), regulacije i kontrole (Bandura, 1997; prema Gundlach i sur., 2003). Istraživanja unutar područja emocionalne inteligencije naglašavaju kako upravo svjesnost i regulacija vlastitih (i tuđih) emocionalnih stanja omogućava učenje, adaptaciju i samorazvoj (Damasio, 1994; prema Gundlach i sur., 2003). Forgas i Vargas (2000; prema Harber, 2005) kažu kako su prosudba i afekt bogato i kompleksno povezani, a u tu kompleksnu vezu uključeno je kao moderator i samopoštovanje, no ostaje pitanje na koje načine su povezani ovi konstrukti. Harber (2005) u svom istraživanju dobiva da je upotreba vlastitih emocija kao informacija moderirana samopoštovanjem pa je tako stupanj u kojem ljudi koriste afekt kao informaciju povezan ne samo s pažnjom usmjerenom na vlastite emocije (Gasper i Clore, 2000; prema Harber, 2005) i emocionalnom inteligencijom (Gohm i Clore, 2002; prema Harber, 2005), nego i s razinom samopoštovanja. Uz nisko samopoštovanje manje je vjerojatno da ćemo 'vjerovati' vlastitim emocijama.

U skladu s ovim postavkama, za očekivati je da se s razinom samopoštovanja povećava i uspješnost u emocionalnim zadacima, kako u onima u stvarnom životu, tako i u zadacima u testovima emocionalne inteligencije. Harber (2005) također rezimira mnoga istraživanja u kojima je dobiveno da je samopoštovanje pozitivno povezano s emocionalnom inteligencijom (Ciarrochi, Chan i Bajgar, 2001; Schutte, Malouff, Simunek, McKenley i Hollander, 2002; prema Harber, 2005). Na primjer, vatrogasci koji jasno identificiraju svoje emocije bolje vladaju kriznim situacijama nego njihovi kolege koji su manje uspješni u identificiranju svojih emocija (Gohm, Baumann, Sniezes, 2001; prema Harber, 2005). Emocija je u ovom kontekstu tretirana kao informacija i ona može, jednako kao i emocionalna inteligencija imati utjecaj na atribucije (George, 2000; prema Gundlach, 2003). U skladu s time, emocionalna inteligencija može pomoći ljudima u generiranju kauzalnih atribucija koje su najmanje štetne za neka njihova vjerovanja o sebi. Na generiranje atribucija može se utjecati preko reguliranja emocija koje bi te atribucije vjerojatno proizvele. U okviru samoopterećivanja ovi su nalazi zanimljivi jer ukazuju na

ideju da bi se pojedinci s visokom sklonošću samoopterećivanju, čak i ako imaju visoku emocionalnu inteligenciju, ali kombiniranu sa niskim ili nestabilnim samopoštovanjem, češće 'odavali' samoopterećujućim ponašanjima. Oni, naime, ne bi pristupili rješavanju problema, to jest rješavanju stresa izazvanog nekim zadatkom, jer ne bi znali što im se događa. A čak i kad bi znali (oni s visokom emocionalnom inteligencijom), oni tom znanju, toj informaciji (zbog niskog ili nestabilnog samopoštovanja) naprosto ne bi vjerovali. Kada bi bili bez tih informacija, takvi pojedinci bi imali lošiju početnu 'bazu ideja' za očuvanje samopoštovanja, što je, podsjetimo se, jedan od glavnih čovjekovih motiva, i zbog toga bi možda pribjegli strategijama poput samoopterećivanja.

## CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Pretražujući literaturu o samoopterećivanju i tražeći vezu ove strategije ponašanja s emocijama i emocionalnim stanjima, uočili smo da ta veza do sada nije istraživana.

Nekoliko istraživanja bavilo se povezanošću samoopterećivanja sa strategijama suočavanja i ona pokazuju da osobe s visokim rezultatom na skali samoopterećivanja mnogo češće koriste emocionalno-fokusirane strategije suočavanja sa stresom, ali samo one emocionalno-fokusirane strategije koje imaju fokus na negativno, poput povlačenja (mentalnog i bihevioralnog) i negativnih promišljanja (prema Hip Fabek, 2005). Ovi rezultati pokazali su se zanimljivima u kontekstu razumijevanja mehanizma djelovanja samoopterećivanja i utjecaju emocija, to jest emocionalne inteligencije kao vještine korištenja emocionalnih informacija, na strategiju samoopterećivanja. Postojećim istraživanjem nećemo dobiti odgovore na sva ta pitanja, ali bismo mogli vidjeti u kakvoj su vezi emocionalna inteligencija kao adaptivna mjera i strategija samoopterećivanja.

S obzirom na cilj istraživanja, formulirani su sljedeći problemi:

*Problem 1:* Ispitati postoji li i kakva je povezanost između emocionalne inteligencije i samoopterećivanja.

*Hipoteza 1:* Očekuje se negativna povezanost između ova dva konstrukta.

*Problem 2:* Ispitati postoji li razlika u izraženosti ova dva konstrukta kod muškaraca i kod žena i ima li razlike u veličini korelacije.

*Hipoteza 2:* Očekuje se da će povezanost samoopterećenja s emocionalnom inteligencijom i kod muškaraca i kod žena biti negativna. Kod muškaraca će vrijednosti rezultata biti pomaknute prema višim rezultatima na skali samoopterećivanja, a prema manjima na testu emocionalne inteligencije.

## METODOLOGIJA

### *Sudionici*

Istraživanje je provedeno na prigodnom uzorku opće populacije koji su u vrijeme istraživanja došli u Dom zdravlja Ministarstva unutarnjih poslova zbog potrebe za određenom psihološkom procjenom (procjenom za vozačku dozvolu, za selekciju pri zapošljavanju, za procjenu radne sposobnosti ili za potvrdu pri upisu na fakultet). Od ukupno 94 sudionika raspona dobi od 18 do 82 godine svih obrazovnih skupina muškarci čine 68% (njih 64), dok preostalih 32% (njih 30) čine žene. Prosječna dob sudionika je  $M=36.2$ , a standardna devijacija  $SD=12.12$ . Razlika između broja muškaraca i žena očekivana je s obzirom na klijente ambulate za psihološko testiranje. Svi sudionici su surađivali pa tako nitko nije odbio istraživanje.

### *Mjerni instrumenti*

#### 1. Skala samoopтереćivanja

Individualne razlike u općoj sklonosti samoopterećujućim ponašanjima izmjerene su Rhodewalt i Jonesovom skalom samoopterećivanja (Self-Handicapping Scale). Rhodewalt i Jones su 1982-e konstruirali prvotni oblik skale i tada je skala sadržavala 25 tvrdnji, no u našem istraživanju korištena je modificirana verzija skale od 18 tvrdnji koju je za potrebe svog istraživanja prilagodila Hip Fabek (2005). U tom su istraživanju za potrebe mjerenja samoopterećivanja odabrane one tvrdnje za koje se 50% procjenjivača slagalo da mjere sklonost korištenju strategije samoopterećivanja. Taj uvjet zadovoljilo je 18 čestica (prema Hip Fabek, 2005). Pouzdanost skale tipa unutarnje konzistencije izražena Cronbachovim alfa koeficijentom u našem istraživanju iznosi  $\alpha = 0.71$  što je zadovoljavajuće i podudara se sa istraživanjima Hip Fabek (2005) i Lotar (2005). Primijenjena skala samoopterećivanja je skala samoprocjene sa 5 uporišnih točaka. Ispitanik za svaku tvrdnju procjenjuje koliko je ona istinita za njega i u skladu s tim zaokružuje jedan od 5 ponuđenih odgovora o stupnju slaganja sa iznesenom tvrdnjom.



## 2. Test analize emocija

Izraženost sposobnosti razumijevanja emocija izmjerena je verzijom Testa analize emocija kojeg je prvotno konstruirao Kulenović (2000). Za naše istraživanje koristili smo verziju koju je u svom istraživanju upotrijebila Marjanović (2006). Primijenjena verzija se sastoji od 32 zadatka u kojima je ispitaniku zadana složena emocija, a ispitanik mora odabrati jedan od 5 ponuđenih odgovora. Ponuđeni odgovori sastoje se od parova emocija koje tvore zadanu složenu emociju. U ovom testu postoje točni odgovori, no moguće je da ispitanik odabere odgovor koji se sastoji od jedne točne i jedne netočne emocije. Za potrebe našeg istraživanja odlučili smo se za bodovanje isključivo točnih odgovora. Dakle, rezultat na ovom test predstavlja ukupni broj točno riješenih zadataka.

Pouzdanost testa tipa unutarnje konzistencije izražena Cronbachovim koeficijentom iznosi  $\alpha = 0.73$  i slična je onoj kakvu su dobivali Kulenović i sur. (2000) koja se najčešće kretala oko  $\alpha = 0.80$ , a znatno je manja od one kakvu je dobila Marjanović (2006)  $\alpha = 0.92$  što je pripisano specifičnom načinu ponderiranja kojim je povećana osjetljivost testa.

Uz primijenjene instrumente, prikupljeni su podaci o spolu te, kao mogućim faktorima kontrole, podaci o dobi i školskoj spremi.

### *Postupak*

Ispitivanje je provedeno individualno tijekom svibnja i lipnja 2006. godine. Ispitanicima je sukcesivno, jedan za drugim, predan upitnik samoopterećivanja i odmah zatim, nakon što su ga riješili, test emocionalne inteligencije. Sudionicima je dana usmena uputa prije svakog od testova. Ujedno, uputa je bila napisana na početnoj strani svakog od njih. Naglašeno je da će se podaci koristiti u znanstvene svrhe te da je istraživanje anonimno. Vrijeme ispunjavanja testova i upitnika bilo je neograničeno i trajalo je onoliko koliko je sudioniku bilo potrebno da riješi sve zadatke. Ako je pri vraćanju testa uočeno da neki zadatak nije riješen, ispitanik je zamoljen da test riješi do kraja.

## REZULTATI

U *Tablici 1* prikazana je deskriptivna statistika dobivenih rezultata na skalama samoopтереćivanja i emocionalne inteligencije.

*Tablica 1*  
Rezultati deskriptivne statistike i značajne razlike na mjerama samoopтереćivanja i emocionalne inteligencije na uzorku sudionika (N=94)

Razina obrazovanja		Muškarci			Žene			Ukupno			
		<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	t-test muškarci-žene	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min-max</i>
Samoopтереćivanje	Niža	50	37.6	8.56	19	44.5	7.85	$t(67) = 3.09;$ $p < .01$	39.5	8.88	
	Viša	14	38.3	7.78	11	37	9.97	$t(23) = 0.35;$ $p > .05$	37.7	8.64	
	Ukupno	64	37.7	8.34	30	41.8	9.27	$t(92) = 2.12;$ $p < .05$	39	8.80	24-59
	t-test niža-viša	$t(62)=0.28; p > .05$			$t(26)=3.21; p < .01$				$t(92) = 0.85;$ $p > .05$		
Emocionalna inteligencija	Niža	50	24.1	3.51		22.2	5.34	$t(67) = 1.72;$ $p > .05$	23.6	4.14	
	Viša	14	23.9	6.1		26.6	2.11	$t(16) = 1.55;$ $p > .05$	25.1	4.89	
	Ukupno	64	24.1	4.16		23.8	4.90	$t(92) = 0.26;$ $p > .05$	23.9	4.38	8-31
	t-test niža-viša	$t(15)=0.10; p > .05$			$t(28)=2.28; p < .01$				$t(92) = 1.52;$ $p > .05$		

Kako bi odredili možemo li koristiti parametrijsku statistiku i Pearsonov koeficijent povezanosti prvo smo testirali distribucije dobivenih rezultata. Učinili smo to Kolmogorov-Smirnovljevim ( K-S ) testom normaliteta distribucija. Test je pokazao da je distribucija rezultata samoopterećivanja normalna, dok je distribucija rezultata na testu emocionalne inteligencije očekivano negativno asimetrična, što znači da je sudionicima test lagan i da većina sudionika točno rješava više od 50% testa. Iako distribucija rezultata na Testu analize emocija odstupa od normalne, Petz (1997) navodi kako je, unatoč tome što distribucije nisu potpuno simetrične, još uvijek opravdano koristiti parametrijsku statistiku ukoliko distribucije nisu nepravilne u smislu bimodalnog ili U-oblika (a naša krivulja je zvonolika) te ukoliko su uzorci dovoljne i jednake ili slične veličine. Kako naš uzorak zadovoljava ove uvjete, u daljnjem ćemo radu koristiti parametrijske postupke, to jest t-test za provjere razlika između aritmetičkih sredina i Pearsonov koeficijent za provjeru povezanosti među varijablama.

Kako bismo vidjeli ima li razlika u izraženosti samoopterećivanja i emocionalne inteligencije između podskupina sudionika primijenili smo t-testove za nezavisne uzorke. Osim po spolu, sudionike smo podijelili i po visini stručne spreme kako bi u daljnjoj analizi rezultata uzeli u obzir eventualne razlike u emocionalnoj inteligenciji i samoopterećivanju koje bi bile ovisne ne samo o spolu već i o stupnju obrazovanja. Iz tog razloga smo sudionike podijelili u dvije skupine koje se razlikuju po razini obrazovanja. U skupinu niže obrazovanih stavili smo sudionike sa srednjom stručnom spremom i nekvalificirane radnike, dok smo u skupinu više obrazovanih stavili studente, te sudionike sa višom i visokom stručnom spremom. Testirali smo razlike između muškaraca i žena u izraženosti samoopterećivanja i emocionalne inteligencije te razlike u samoopterećivanju i emocionalnoj inteligenciji između niže i više obrazovanih podskupina. Dobili smo podatak da se muškarci i žene značajno razlikuju u samoopterećivanju  $t(92) = 2.12; p < .05$  i to u smjeru toga da žene značajno više koriste ovu strategiju. No, žene se ovdje ne mogu uzeti kao jedna kategorija jer se s obzirom na visinu stručne spreme značajno razlikuju po emocionalnoj inteligenciji  $t(28) = 2.28; p < .01$  i po samoopterećivanju  $t(26) = 3.21; p < .01$ . Razlika između muškaraca i žena na skali samoopterećivanja postoji, no toj razlici pridonose žene nižeg stupnja obrazovanja.

Kako bi odgovorili na prvi problem istraživanja ispitali smo povezanost primijenjenih mjera emocionalne inteligencije i samoopterećivanja na razini cijelog uzorka. To smo učinili tako što smo izračunali Pearsonov koeficijent povezanosti. S obzirom da se sudionici po spolu značajno razlikuju u samoopterećivanju, izračunata je parcijalna korelacija kako bi se kontrolirao utjecaj spola. Dobivena je negativna vrijednost Pearsonovog koeficijenta povezanosti i ona za cijeli uzorak ( $N=94$ ) iznosi  $r(91) = -.40$ ;  $p < .01$ . Rezultat je prikazan u *Tablici 2*. S obzirom da smo dobili različitu izraženost samoopterećivanja ovisno o spolu, ova mjera korelacije za cijeli uzorak možda ne odgovara stvarnoj povezanosti između varijabli samoopterećivanja i emocionalne inteligencije stoga je izračunata korelacija posebno za muškarce i posebno za žene. Rezultati su prikazani u *Tablici 2*.

*Tablica 2*  
Koeficijenti korelacije između rezultata na testu emocionalne inteligencije i rezultata na skali samoopterećivanja za cijelu skupinu te posebno subskupine žena i muškaraca.

	Sudionici	Test analize emocija
Skala samoopterećivanja	svi ( $N= 94$ )	$r_{\text{parc}}(91) = -.40^{**}$
	m ( $n= 64$ )	$r = -.33^{**}$
	ž ( $n= 30$ )	$r_{\text{parc}}(26) = -.39^*$

\*\* - korelacija značajna na razini od 1%

\* - korelacija značajna na razini od 5%

$r_{\text{parc}}$  - parcijalna korelacija (s obzirom na spol i obrazovanje)

Kako bi odgovorili na drugi problem našeg istraživanja, testirali smo značajnost razlike između koeficijenata korelacije samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod muškaraca i kod žena. Razlika između parcijalnog koeficijenta korelacije (parcijaliziranog s obzirom na stupanj obrazovanja) samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod žena i koeficijenta korelacije kod muškaraca nije značajna  $z = 0.55$ ;  $p > .05$ .

Iz podataka o korelaciji između emocionalne inteligencije i samoopterećivanja vidljiv je i postotak zajedničke varijance koju dijele ova dva konstrukta. Postotak zajedničke varijance koju dijele samoopterećivanje i emocionalna inteligencija iznosi 16%. Kod žena ova dva

konstrukta dijele 15.2% zajedničke varijance, a kod muškaraca je postotak dijeljene varijance 10.9%.

*Tablica 3*

Koeficijenti korelacija između rezultata na testu emocionalne inteligencije i rezultata na skali samoopterećivanja za cijelu skupinu te posebno za subskupine niže i više obrazovanih

	Sudionici	Test analize emocija
Skala samoopterećivanja	Svi ( N= 94 )	$r_{\text{parc}}(91) = -.40^{**}$
	Niže obrazovani ( n= 69)	$r_{\text{parc}}(66) = -.37^{**}$
	Više obrazovani ( n= 25 )	$r = -.32$

\*\* - korelacija značajna na razini od 1%

$r_{\text{parc}}$  - parcijalna korelacija (s obzirom na spol)

Kao što je vidljivo u *Tablici 3* korelacije samoopterećivanja i emocionalne inteligencije u skupini niže obrazovanih izračunate su kao parcijalne i to s obzirom na razlike u spolu jer se unutar podskupine niže obrazovanih muškarci i žene razlikuju u samoopterećivanju. Iz *Tablice 3* je vidljivo kako je koeficijent korelacije samoopterećivanja i emocionalne inteligencije u skupini niže obrazovanih značajan, a onaj u skupini više obrazovanih neznačajan. Postotak zajedničke varijance samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod skupine niže obrazovanih iznosi 13.7%. Korelacija samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod skupine više obrazovanih neznačajna je pa možemo zaključiti da emocionalna inteligencija i samoopterećivanje u skupini više obrazovanih ili ne dijele varijancu ili, u slučaju da je dijele, ta zajednička varijanca je posljedica slučaja. Značajnost razlike između koeficijenata korelacije podskupina niže i više obrazovanih nije potrebno testirati jer je jedan koeficijent značajan, a drugi nije. Ovaj podatak dovoljan je za zaključak da je razlika među ova dva koeficijenta značajna.

## RASPRAVA

Napravili smo deskriptivnu statistiku za rezultate dobivene na mjerama samoopterećivanja i emocionalne inteligencije. Na Skali samoopterećivanja prosječni postignuti rezultat iznosi  $M=39.02$ . Ako usporedimo naš rezultat sa rezultatima Hip Fabek (2005) koja je koristila ovu verziju skale, vidimo da je aritmetička sredina rezultata koju je ona dobila na hrvatskoj populaciji od 365 zaposlenika tvrtke vrlo slična našoj i iznosi  $M=40.06$ . Njezini sudionici imali su visoku stručnu spremu, dok su naš uzorak činili sudionici različitih stupnjeva obrazovanja, od nekvalificiranih radnika do visoko obrazovanih stručnjaka. U našem uzorku, usporedbom dviju skupina, one sa nižim i one sa višim stupnjevima stručne spreme vidimo da nema razlika u aritmetičkim sredinama tih skupina pa je opravdana usporedba i očekivano slaganje naših rezultata sa onima Hip Fabek. Ovaj rezultat možemo usporediti s rezultatima koje je dobila Lotar (2005) jer je, uz Hip Fabek, i ona koristila revidiranu Skalu samoopterećivanja kakvu smo i mi koristili. Njezin uzorak od 337 sudionika čine studenti i imaju prosječnu vrijednost na skali  $M=48.85$ . Ovoliko viši rezultat od rezultata dobivenog na populaciji zaposlenika Lotar je objasnila studentskim načinom života, to jest, načinom obavljanja zadataka (u njihovom slučaju ispita) te normama ponašanja unutar te populacije koje podupiru ponašanje naizgled slično samoopterećivanju, ali koje je najvjerojatnije posljedica sasvim drugih motiva od motiva očuvanja samopoštovanja preko samoopterećivanja. Unatoč razlici u veličini prosječnih rezultata, ono što nam je zanimljivo u njezinom istraživanju je odnos rezultata muškaraca i žena na Skali samoopterećivanja, a on je različit od našeg rezultata. Naime, među muškarcima i ženama studentske populacije nema razlike u samoopterećivanju dok u našem uzorku razlika u samoopterećivanju između muškaraca i žena postoji i statistički je značajna  $t(92) = 2.12$ ;  $p < .05$ . Razlici između muškaraca i žena u našem uzorku pridonose rezultati žena nižeg obrazovnog statusa, dok se rezultati žena višeg obrazovnog statusa ne razlikuju od onih muškaraca, a svi u našoj skupini višeg obrazovanja su nekad bili studenti pa je i to očekivano i u skladu s rezultatima Lotar (2005). U literaturi su nalazi o razlikama u samoopterećivanju među spolovima također kontradiktorni. Najčešće se spominje da su muškarci skloniji bihevioralnom samoopterećivanju, a žene samoiskazanom. S obzirom da se u našem mjerenju radi o mjeri

koja zahvaća obje vrste samoopterećivanja, razlike koje smo mi dobili nisu očekivane. Mi smo očekivali ili jednake rezultate za muškarce i žene ili više za muškarce. U slučaju da su muškarci postizali više rezultate u samoopterećivanju, kod njih bi u tom slučaju, prema našim hipotezama, očekivali i niže rezultate u emocionalnoj inteligenciji.

Rezultate emocionalne inteligencije dobivene na Testu analize emocija usporedili smo sa rezultatima koje je u svom istraživanju dobila Marjanović (2006). Mi smo u našem istraživanju koristili verziju Testa analize emocija koja je korištena i u njezinom istraživanju. Rezultati njezinog istraživanja dobiveni su na studentskoj populaciji od 286 sudionika od kojih su 65% činile žene, a ostalih 35% muškarci. Iako je u našem istraživanju omjer muškaraca (73%) i žena (27%) drugačiji, te s obzirom da je ona primijenila nešto drugačiji način bodovanja, direktna usporedba nije moguća, no ona je u svome radu imala međukorak u računanju bodova u testu koji odgovara našem bodovanju pa su ti podaci usporedivi. Totalni raspon i distribucija naših rezultata djelomično se poklapaju se s njezinim nalazima. Naime, u njezinom uzorku minimalni broj točno riješenih zadataka je 3, a maksimum 30 dok u našem uzorku minimalni broj točno riješenih zadataka iznosi 8, a maksimum 31 koji je postigao samo jedan ispitanik. Kako nas je zainteresirala usporedba rezultata i mi smo ponderirali naše rezultate na način kako je to učinila Marjanović, ali samo u svrhu usporedbe. Marjanović (2006) je na svom uzorku studenata dobila  $M=24$  uz  $SD=1.03$ , a mi smo dobili gotovo identičnu  $M=24.1$  uz veću  $SD=1.9$ . Kako navode Kulenović i suradnici (2000) očekivana je razlika između muškaraca i žena, i to u smjeru boljih rezultata kod žena. U našem istraživanju prosjeci žena i muškaraca se ne razlikuju. No, kad se odvoje žene po stručnoj spremi i međusobno se usporede, zanimljivo je da se te dvije skupine statistički značajno međusobno razlikuju  $t=2.28$ ;  $p < 0.05$ .

Kada smo krenuli analizirati rezultate s obzirom na postavljene probleme, dobili smo zanimljive podatke koji su jednim dijelom u skladu s našim hipotezama, a jednim dijelom ukazuju na veoma plodno tlo za mnoštvo daljnjih istraživanja. Dobivena veličina i smjer povezanosti samoopterećivanja i emocionalne inteligencije u skladu je s našim očekivanjima. Očekivali smo i dobili negativnu korelaciju između samoopterećivanja i emocionalne inteligencije  $r_{\text{parc}}(91) = -.40$ . U području ličnosti unutar kojeg se i nalazi naše istraživanje ova korelacija smatra se velikom i konkretno nam daje informaciju o tome

kako sudionici koji su niže emocionalne inteligencije značajno više koriste samoopterećivanje kao strategiju ponašanja. Mi smo pretpostavili da bi to moglo ukazivati na neadaptivnost strategije samoopterećivanja. Zaključak o adaptivnosti samoopterećivanja u slučaju da je negativno povezan s emocionalnom inteligencijom opravdan je samo ukoliko je emocionalna inteligencija uistinu mjera adaptivnosti, a na to upućuju istraživanja koja pokazuju povezanost emocionalne inteligencije s mnoštvom adaptivnih načina ponašanja poput prosocijalnog ponašanja, boljih školskih ocjena, skladnih međuljudskih odnosa te neupuštanja u autodestruktivna ponašanja poput pušenja i devijantnih ponašanja. Na opravdanost pretpostavke da je emocionalna inteligencija adaptivna sposobnost ukazuju i podaci da je emocionalna inteligencija prediktor pozitivnih životnih kriterija poput uspjeha u životu, osjećaja zadovoljstva životom, uspjeha na studiju ili uspjeha u međuljudskim odnosima (prema Mayer, Salovey i Caruso, 2004). Opravdanost uzimanja emocionalne inteligencije kao indikatora adaptibilnosti potvrđuju čak i utjecajni radovi iz područja neurologije koji govore u prilog činjenici da su dobre prosudbe i sposobnosti donošenja odluka visoko zavisne o svjesnosti o vlastitim emocijama (Becahra i sur., 2000, Damasio, 1994; prema Gundlach, Martinko i Douglas, 2003). Kako visoko emocionalno inteligentni ljudi imaju višu svjesnost o vlastitim emocionalnim stanjima (George, 2000; prema Gundlach i sur., 2003), visoko emocionalno inteligentni pojedinci vjerojatnije će aktivirati reakcije koje olakšavaju rješavanje problema te ujedno facilitiraju sposobnost donošenja odluka. U situacijama koje su izazov, i kao takve predstavljaju prijetnju samopoštovanju, emocionalno inteligentniji pojedinci donijeti će odluke koje su u pojedinčevom najboljem interesu gledano kratkoročno, ali i dugoročno (a ne 'izabrati' samoopterećivanje). Upravo je mogućnost dugoročnog planiranja i odgode zadovoljstva povezana s boljom analizom i kontrolom emocija, a ujedno i s visokom emocionalnom inteligencijom, a, na biološkom planu gledano, i sa sazrijevanjem i razvojem frontalnog dijela mozga (prema Gundlach i sur., 2003). Ovakve veze potvrđuju neurobiološka istraživanja (prema Gundlach i sur., 2003), ali uvijek je zanimljivo, a i iz praktičnih dijagnostičkih i prognostičkih razloga veoma korisno takvu vezu pronaći i u mjerama ponašanja. Jedna od takvih ponašajnih mjera je upravo upitnik samoopterećivanja koji ispituje tendencije ka određenim vrstama ponašanja. No, problematičnost ovakvog



ispitivanja upravo je način primjene ovog upitnika, samoprocjenama. Test emocionalne inteligencije koji emocionalnu inteligenciju mjeri kao sposobnost bio bi valjanija mjera. Informacija o povezanosti emocionalne inteligencije i samoopterećivanja može pridonijeti opravdanosti korištenja ove mjere pri selekcijskim postupcima (naravno, ako se pouzdanost testa poveća) u kojima se želi do prediktivno valjanog zaključka o karakteristikama pojedinca doći preko mjera sposobnosti koje se mogu ispitati testom, a ne bihevioralnih mjera koje zahtijevaju složenu izvedbu ili upitnika samoprocjena koji imaju svoje karakteristične mane. Bez tendencije da korelacijski odnos objašnjavamo u uzročno posljedičnim terminima, postavljamo pitanje da li se možda na smanjenje samoopterećivanja može utjecati poboljšavanjem emocionalne inteligencije raznim treninzima. Osim pragmatičkih razloga, istraživanja o vezi emocionalne inteligencije i samoopterećivanja trebala bi pripomoći u objašnjenju međusobnog utjecaja afektivnih, kognitivnih i bihevioralnih faktora koji dovode do odabira samoopterećujućeg ponašanja.

U našem uzorku žene postižu značajno više rezultate na Skali samoopterećivanja što znači da većina žena u našem uzorku značajno više koristi strategiju samoopterećivanja nego većina muškaraca. No, treba biti oprezan u interpretaciji. Žene sa višom i visokom stručnom spremom postižu bolje rezultate na testovima emocionalne inteligencije i ujedno se manje samoopterećuju od žena srednje stručne spreme ili niskokvalificiranih radnica i ako rezultate uzmemo zajedno, dolazimo do pogrešnih zaključaka. Naime, žene nižeg obrazovnog statusa povukle su prosjek cijelog uzorka žena prema većim rezultatima na samoopterećivanju, a prema nižim rezultatima na testu emocionalne inteligencije. Biti žena u našem istraživanju kao da je faktor rizika za dispoziciju samoopterećivanja. No, biti ženom postaje 'zaštitni faktor' ako je žena višeg stupnja obrazovanja. Možda bi jedno od objašnjenja moglo ležati unutar činjenice da su spolne uloge u Hrvatskoj drugačije nego u zapadnim zemljama gdje je samoopterećivanje najčešće istraživano. U istraživanju Pulford, Johnson i Awaida (2005) istraživane su razlike nekih karakteristika između libanonskih i britanskih studenata ne bi li se dobili prediktori samoopterećujućeg ponašanja. Samoopterećivanje se mjerilo upravo Rhodewalt i Jones-ovom Skalom samoopterećivanja te je, kod libanonskih studentica dobiven rezultat kao i u našem istraživanju. Libanonske studentice postizale su nešto više rezultate na skali samoopterećivanja od svojih muških

kolega. U britanskom uzorku nije došlo do takvih razlika. Moguće je pronaći sličnosti libanonskog i hrvatskog društva u smislu ravnopravnosti spolova u odnosu na Veliku Britaniju. Moguće je da u Hrvatskoj, kao i u Libanonu karakteristike kolektivističkog društva utječu na tradicionalniju podjelu spolnih uloga pa se mlade žene u ovim društvima suočavaju s društvenim promjenama koje vode do ravnopravnosti spolova. Ravnopravnost spolova u ovim društvima je nešto što je formalno priznato, no ona još uvijek možda nije potpuno zaživjela pa je moguće da žene u ovim društvima imaju više osjećaja sumnje u svoje sposobnosti (jer se uspoređuju s muškarcima). Jedan od faktora koji povećava vjerojatnost javljanja samoopterećujućeg ponašanja, upravo je osjećaj sumnje u svoje sposobnosti. Viši završeni stupanj obrazovanja mogao bi biti taj zaštitni faktor koji može odagnati sumnje u sebe kod žena. Kod muškaraca nema razlika u samoopterećivanju ovisno o stručnoj spremi. Moguće je da muškarci i žene imaju različite kriterije uspjeha u ovim društvima. Drugi razlog zbog kojeg je razina samoopterećivanja različita ovisno o stupnju obrazovanja mogao biti u tome što pojedinci s viskom sklonošću samoopterećivanja (pod pretpostavkom da se radi o sklonosti i da postoje individualne razlike formirane do određene točke u životu) imaju tu karakteristiku pa su počeli s prakticiranjem ove strategije ranije u životu te je upravo ona razlog nižeg stupnja obrazovanja. Bilo bi zanimljivo istražiti je li obrazovanje zaštitni faktor kod žena koji smanjuje samoopterećivanje ili je upravo samoopterećujuće ponašanje to koje dovodi do sniženog obrazovanja. Ili neka treća varijabla utječe na oba konstrukta. Za ovaj zaključak bilo bi potrebno provesti longitudinalno istraživanje.

U različitim skupinama, ovisno o spolu i stupnju obrazovanja, uz određenu vrijednost samoopterećivanja veže se različita vrijednost emocionalne inteligencije. Na primjer, ako je u skupini niže obrazovanih pojedinac postigao niži rezultat na testu emocionalne inteligencije veća je vjerojatnost da je taj pojedinac skloniji češćem korištenju strategije samoopterećivanja od onog pojedinca koji je također nižeg obrazovanja, ali s višim rezultatom na mjeri emocionalne inteligencije.

Povezanost samoopterećivanja i emocionalne inteligencije kod sudionika visokog obrazovanja statistički je neznčajna. U skupini višeg obrazovnog statusa vjerojatnost korištenja strategije samoopterećivanja neovisna je o razini emocionalne inteligencije.

Dakle, u ovoj skupini ne može se koristiti mjera emocionalne inteligencije za zaključivanje o vjerojatnosti samoopterećivanja. Moguće je, iako to treba istražiti analizom varijance na većem uzorku, da u ovoj skupini postoji neki faktor koji moderira vezu između samoopterećivanja i emocionalne inteligencije utječući na nju. Također je moguće da je korelacija statistički neznčajna zbog malog broja ispitanika u ovoj skupini ( $n=25$ ) te smanjenom varijabilitetu, pogotovu zbog visokih rezultata na testu emocionalne inteligencije kod visoko obrazovanih žena.

Unatoč svemu navedenome i hipotezama koje smo postavili, važno je još jednom napomenuti da postoje istraživanja koja ukazuju na to da samoopterećujuće ponašanje može biti adaptivno ponašanje i kao takvo imati pozitivne posljedice za pojedinca. Ono pozitivno što samoopterećivanje nudi osim mogućeg očuvanja samopoštovanja jest i relativna odsutnost anksioznosti tijekom primjenjivanja ove strategije pa može povećati uspješnost obavljanja zadatka. Samim time jasno je da je samoopterećivanje ponašanje koje bi moglo samo sebe potkrepljivati. Bilo bi zanimljivo istražiti karakteristike ljudi koji mogu izvući koristi od samoopterećivanja.

#### *Metodološki nedostaci i preporuke za buduća istraživanja*

Nedostatak ovog istraživanja je prigodni uzorak, ali unatoč tome populacija na kojoj je istraživanje rađeno pogodnija je od populacije studenata jer je bliža općoj populaciji, a konstrukti koje mi istražujemo mogli bi u studentskoj populaciji biti smanjenog varijabiliteta što bi utjecalo i na veličine koeficijenata korelacije. Jedan veliki nedostatak je premali broj sudionika za složenije analize razlika između aritmetičkih sredina podskupina različitih po spolu i visini obrazovanja.

Nedostatak je sam eksplorativni karakter ovog istraživanja, kao i domet koji diplomski rad može zahvatiti. Naime, u istraživanje bi bilo zanimljivo uvesti još neke varijable za koje se pretpostavlja da bi mogle moderirati povezanost emocionalne inteligencije i samoopterećivanja (poput samopoštovanja). Također bi bilo zanimljivo vidjeti kakva je povezanost samoopterećivanja mjenog eksperimentalno i mjera emocionalne inteligencije koje taj konstrukt zahvaćaju u cjelini. Test analize emocija ipak mjeri tek jedan dio emocionalne inteligencije kako su je definirali Mayer, Salovey i Caruso. A također je

moguće da sudionici nižeg obrazovnog statusa imaju niže rezultate na Skali samoopterećivanja zbog karakteristika same skale. Ona mjeri samoopterećivanje kao dispoziciju, ali je ipak dosta orijentirana na akademsko područje. Samim time što to je nekim sudionicima ta domena važna, moglo se utjecati na umjetno povećanje samoopterećivanja kod tih sudionika jer je samoopterećivanje to izraženije što je sudioniku značajnije područje u kojem se ono ispituje. Dakle, dispozicije samoopterećivanja kod sudionika kojima to područje jednostavno nije važno ne bi bile zahvaćane, ali ne zbog nepostojanja dispozicije već zbog pogreške mjerenja.

## **ZAKLJUČAK**

U našem istraživanju potvrdili smo hipotezu da postoji negativna, i za područje ličnosti relativno velika, povezanost između emocionalne inteligencije i samoopterećivanja. Dakle, što su sudionici više emocionalno inteligentni, to je manje vjerojatno da će primjenjivati samoopterećivanje kao strategiju ponašanja. Naravno, kako je svakom čovjeku jedan od najvažnijih motiva očuvanje samopoštovanja, emocionalno inteligentniji će ga očuvati na adaptivniji način od ove strategije, koja u svojoj osnovi također služi očuvanju samopoštovanja. Povezanost ove dvije mjere jednaka je kod muškaraca i kod žena, no postoje naznake da je kod žena samoopterećivanje u drugačijoj vezi sa emocionalnom inteligencijom ovisno o stupnju obrazovanja.

## POPIS LITERATURE

- Bar-On, R. & Parker J. D. A. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Jones, E. E. & Berglas, S. (1978). Drug Choice as a Self-handicapping Strategy in Response to Noncontingent Success. *Journal of Personality and Social Psychology*. 36, 405-417.
- Burušić, J. (1999). *Ispitivanje individualnih razlika u samoprezentacijskim stilovima*. Magistarski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Chu, A. H. C. & Choi, J. N. (2005). Rethinking Procrastination: Positive Effects of 'Active' Procrastination Behaviour on Attitudes and Performance. *The Journal of Social Psychology*. 145 (3), 245-264.
- Ferrari, J. R. & Pychyl, T. A. (2000). Correlates and Consequences of Behavioral Procrastination: The Effects of Academic Procrastination, Self-Consciousness, Self-Esteem and Self- Handicapping. Procrastination: Current Issues and New Directions (Special Issue). *Journal of Social Behavior and Personality*. 15 (5), 3-13.
- Gundlach, M. J., Martinko, M. J. & Douglas, S. C. (2003). Emotional Intelligence, Casual Reasoning, and the Self-efficacy Development Process. *The International Journal of Organizational Analysis*. 11(3), 229-246.
- Harber, K. D. (2005). Self-Esteem and Affect as Information. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 31, 276-288.
- Hip Fabek, I. (2005). *Utjecaj korištenja strategija samohendikepiranja na stvaranje dojma o osobi*. Neobjavljeni magistarski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Hirt, E. R., Deppe, R. K. & Gordon, L. J. (1991). Self-Reported Versus Behavioral Self-Handicapping: Empirical Evidence for a Theoretical Distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*. 61 (6), 981-991.
- Hirt, E. R., McRea S. M. and Boris, H. I.(2003). 'I know you self-handicapped last exam': Gender Differences in Reactions to Self-Handicapping. *Journal of Personality and Social Psychology*. 84 (1), 177-193.

- Kulenović, A., Balenović, T. & Buško, V. (2000). Test analize emocija: Jedan pokušaj objektivnog mjerenja sposobnosti emocionalne inteligencije. *Suvremena psihologija*. 3 (1-2), 27-48.
- Lotar, M. (2005). *Povezanost samoopterećivanja s pozitivnim i negativnim perfekcionizmom*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Marjanović, I. (2006). *Prilog empirijskoj validaciji objektivnog testa emocionalne inteligencije*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Maslić Seršić, D., Vranić, A. & Tonković M. (2004). Prilog validaciji dva hrvatska instrumenta za mjerenje emocionalne inteligencija. *Suvremena psihologija*. 7 (2), 231-242.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings and Implications. *Psychological Inquiry*. 15 (3), 197-215.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R. (1997). *Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books.
- Newsome, S., Day A. L. & Catano, V. M. (2000). Assessing the Predictive Validity of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 29, 1005-1016.
- Petz, B. (1997). *Osnove statističke metode za nematematičare*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Pulford, B. D., Johnson, A. & Awaida, M. (2005). A Cross Cultural Study of Predictors of Self-handicapping in University Students. *Personality and Individual Differences*. 39, 727-737.
- Rhodewalt, F. & Fairfield, M. (1991). Claimed Self-handicaps and Self-handicapper: The Relation of Reduction in Intended Effort to Performance. *Journal of research in Personality*. 25, 402-417.
- Shepperd J. A. & Arkin, R. M. (1989). Self-Handicapping: The Moderating Roles of Public Self-Consciousness and Task Importance. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 15 (2), 252-265.
- Strube, M. J. (1986). An Analysis of the Self-Handicapping Scale. *Basic and applied Social Psychology*. 7 (3), 211-224.

Zuckermann, M., Kieffer, S. C. & Knee, C. R. (1998). Consequences of Self-handicapping: Effects on Coping, Academic Performance and Adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74, 1619-1628